№ 9. Warszawa 29 Lutego 1908 r. Rok 3.

Warunki prenumeraty:
w Warszawie: rocznie Rb. 4, półrocznie Rb. 2, kwartalnie Rb. 1. W Królestwie i Cesarstwie: rocznie Rb. 5, półrocznie Rb. 2.50, kwartalnie Rb. 1.25. Zagranicą rocznie Rb. 6. Za odnoszenie do domu dopł. się miesięcznie k. 5 Zmiana adresu 20 kop.

KOSMETYKA

Cena ogłoszeń:
Za wiersz petitowy jednoszpaltowy lub jego miejsce:
Na 1 stronicy okładki 30 kop.
Na innych stronicach 20 kop.
Nadesłane (w tekście) 75 kop.

Numer pojedyńczy kosztuje 10 kop.

Tygodnik poświęcony hygienie i estetyce ciała, pielęgnowaniu urody, racjonalnej kosmetyce i perfumerji.

Wychodzi w każdą Sobotę.

Adres Redakcji i Administracji **Senatorska 36. Telefon 40.29.** Administracja otwarta codziennie od 11—3 prócz niedziel i świąt.

Redaktor przyjmuje tylko w Niedziele od 12—2. Rękopisów i listów nadsyłanych do Redakcji nie zwraca się.

Dr. H. Zamenhof.

POGADANKI KOSMETYCZNE.

O wpływie sztucznego światła na cerę i włosy.

Postępy współczesnej elektrotechniki są wprost zdumiewające. Oświetlenie elektryczne staje się z dniem każdym coraz tańszem, a więc przystępnem dla szerokiego ogółu; przemysł oświetlenia elektrycznego dąży do dawania coraz silniejszego światła, o coraz mocniejszym blasku, do czego w pierwszym rzędzie pobudza konkurencja ze światłem gazowem, i wymagania klientów. Szkoda tylko, iż przemysł, licząc się gorliwie z wymaganiami, ba, nawet z grymasami publiczności, zupełnie niemal ignoruje wskazówki lekarzy—hygienistów, i nieraz kpi sobie wprost z kardynalnych wymagań hygieny, wprowadzając naprzykład tak zabójcze dla oczu światło *rażące*.

Nawoływania lekarzy angielskich odniosły przynajmniej ten skutek, że rada municypalna Londynu wydała prawa, ograniczające rozpowszechnienie lamp o t. zw. świetle rażącem. Hygiena wzroku poucza, iż siła światła nie powinna przenosić 0,25—0,75 świec na 1 metr kwadratowy — o ile zaś światło jest jaśniejsze, należy używać kloszy i zasłon, łagodzących zbyt silny blask.

Światło Auera ma najmniejszą siłę, jest więc najzdrowsze. Tyle à propos hygieny. Zobaczmy, jak przedstawia się ta sprawa z punktu widzenia kosmetyki.

Przedewszystkiem światło gazowe, zwłaszcza gazo-żarowe i elektryczne o silnem napięciu (wskutek własności optycznych) uwydatniają kontrasty barwne cery, co prawie zawsze wypada na niekorzyść tej ostatniej. Światło sztuczne wywiera jednak działanie optyczne nie tylko na koloryt, ale i na kształty; zbyt silne i rażące czyni twarz szeroką, i nadaje rysom nawet skądinąd regularnym — wyraz nieładny. Ta dysharmonia barw i kształtów jest zresztą zjawiskiem krótkotrwałem, przejściowem. Wydatniejsze ślady pozostawia zbyt silne sztuczne światło—na cerze i włosach przez *stałe* ich zabarwienie lub odbarwienie. Światło gazo-żarowe i łukowe elektryczne działają tak energicznie, jak snop promieni słonecznych, przepuszczony przez soczewkę—wskutek czego mają one własność wytwarzania barwika, co wyraża się w postaci opalenizny i piegów. Skóra, na którą często działa silne światło sztuczne, ulega z czasem zadraźnieniu, staje się szorstką, chropowatą i suchą.

W grę wchodzą tutaj nie tyle promienie cieplne, ile chemiczne; krople potu odgrywają rolę soczewek, koncentrujących światło — i w ten sposób powstają piegi, umiejscawiające się dość głęboko pod naskórkiem, u samego niemal ujścia gruczołów potnych.

Taki sam wpływ wywiera zbyt silne światło sztuczne na włosy. Barwa włosów „naturalna" zależna jest od wielu czynników: od barwika, zawartego w wewnętrznej warstwie włosa, od ilości znajdującego się we włosie powietrza i tłuszczu, od powierzchni włosa i t. p. Najważniejszym czynnikiem jest oczywiście barwik, zawarty we włosie. Naprzykład, włos ciemny (t. zw. *chatin* i *noir*) zawiera tlenek żelaza i manganu, fosforan wapnia i krzemionkę, oraz siarkę; włos rudy zawiera prócz składników powyższych substancję tłustą. zabarwioną na czerwono; jasno blond i popielate włosy (t. zw. *blond* i *cendré*) zawierają dużo fosforanu magnezu. Otóż promienie rażącego światła elekrycznego działają *chemicznie* na włosy, *odbarwiając* lub *zabarwiając* je, stosownie do każdorazowej reakcji chemicznej.

Najczęściej jednak zauważyć się daje zciemnienie siwych i blond włosów — co również konstatuje się przy dłuższem naświetlaniu promieniami Rentgena i przy stosowaniu radioterapii.

To dotyczy włosów naturalnych. Dla włosów farbowanych rażące światło elektryczne bywa niekiedy wprost zabójczem, zdradzając tajemnicę farbowania przez *odbarwianie*, względnie *przebarwianie*. O ile następuje pod wpływem reakcji chemicznej to ostatnie—ma się przed sobą całą gamę najsprzeczniejszych, najdziwaczniejszych kolorów: obok pasma pysznych blond złotych, niedyskretnie wyzierają włosy rude, obok zaś tych ostatnich wysuwa się zdradziecko włos siwy...

Jakiż stąd wniosek praktyczny? Jeden tylko: ze wszystkich sztucznych źródeł światła najbardziej i najlepiej uwydatnia piękność kobiecą... świeca woskowa.

Dr. Luster — Kraków.

Przyczynek do reformy obuwia.

Pielęgnowanie i zapobiegawcze leczenie zmian chorobowych stopy.

Brak pisma, któreby rozpatrywało naukowo i bezstronnie wszelkie kwestye i zagadnienia, tyczące się całokształtu życia kobiety, dawał się dotkliwie odczuwać naszemu społeczeństwu. Lukę tę wypełniła dopiero „Kosmetyka", odzwierciadlająca konkretne fakty naukowe, naginając je praktycznie do idei fizycznego odrodzenia.

„Kosmetykę" powołały do życia duszne i ciasne warunki doby obecnej, przewaga duchowej emancypacyi nad fizycznym rozwojem organizmu, przewaga destrukcyjna, pochłaniająca typ kobiecy i wyzbywająca cech ściśle niewieścich.

Okolo niej grupują się szczerzy zwolennicy zupełnego wyzwolenia kobiety z narzuconych jej kajdan, szczersi niż ci, którzy otwierają jej wrota do emancypacyi umysłowej, bo owiani pragnieniem, by ta, w którą przyroda wcieliła wszystkie wdzięki świata, zachowała lub zdobyła sharmonizowane zalety intelektu z intenzywnością sił i powabu naturalnego piękna.

Na gruncie tak humanitarnego programu rozwinęliśmy w zeszłym roku problematy, zdążające do wyzwolenia kobiety z kajdan i maszyn niszczycielskich, które ona sama sobie narzuca, będąc niewolniczo posłuszną wszechwładnej modzie.

Ongi w raju był wąż pokusą dla Ewy, a dziś szatanem wszystkich Ew — fabrykant chciwy złota, płynącego z otchłani krzywd, wyrządzanych na zdrowiu i powabnych liniach ciała kobiety.

Zwalczając wszystko cokolwiek wrogie jest dla zdrowia i urody kobiety, poddaliśmy ostrej krytyce przewężanie ciała gorsetem i innemi akcesoryami mody, wykazując zło i zniszczenie, jakie ten pancerz inkwizycyjny sprowadza w narządach wewnętrznych, zwłaszcza u dziewcząt, fizycznie niezupełnie rozwiniętych. Powodowaliśmy się — pisząc o reformie stroju

---

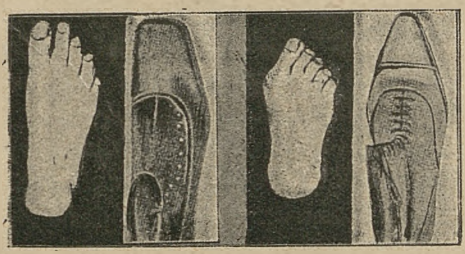
DWIE DROGI.

(Ze wspomnień młodej kobiety.)

Miałam przyjaciółkę a raczej towarzyszkę lat dziecinnych, Adelkę. Jako córka wiejskiego nauczyciela dumną się czułam z tej znajomości, bo Adelka była jedyną córką bogatego dziedzica naszej wioski, mieszkała w pałacu, wśród uroczego parku, była otoczoną zbytkiem i pieszczotami, na czem mnie niestety zbywało, gdyż rodzice moi, aczkolwiek bardzo kochali swą Ceśkę, mieli oprócz mnie jeszcze nas pięcioro; ciężką toczyli walkę o byt i mało mieli czasu na pieszczoty, a na zbytki nie mieli wcale pieniędzy. W miarę jednak rozwoju dziecka umieli rodzice wszczepiać w nas pojęcia odpowiednie wiekowi, unikając przestarzałych baśni i przesądów.

Znajomi ganili poniekąd ów śmiały sposób uświadamiania dzieci przez rodziców, ale zarazem podziwiali nasze wzorowe wychowanie, inteligencyę naszą i postępy w nauce. Byłam trzpiotem, lubilam biegać po polach, lasach, ogrodach, tarzać się w piasku, bić się i śmiać z chłopcami, a rodzice nie krępowali mnie w tem, twierdząc, że wpływa to dodatnio na fizyczny i duchowy rozwój dziecka. Byłam też pod każdym względem więcej rozwiniętą od Adelki, której jedynie zazdrościłam pięknych zabawek, cudnych lalek, strojnych sukienek i tego pięknego parku, gdzie wśród prześlicznych kwiatów, cienistych drzew i wodotrysków rozkosznie było jak w raju. Dziwiło mnie tylko, że Adelka nie była nigdy wesoła; nie mogłam bawić się z nią swobodnie, gdyż ona była zawsze w towarzystwie niani, potem nauczycielki i jednej lub dwóch osób z rodziny, które jej nigdy nie odstępowały. Była dobrą, polubiła mnie, i uważałam nieraz, jak wprost tęskniła za innemi dziećmi, — bo źle jej było w nieustannem otoczeniu starszych osób, pragnęłaby ze mną poigrać na trawniku w słońcu — ale cóż, kiedy otoczenie czuwało nad nią, trzęsło się, by tylko nie poruszała się zbyt prędko, bano się, by przypadkiem nie przyswoiła sobie jakiegoś pospolitego wyrażenia odemnie, a kiedy raz jej matka powiła syna, i była mowa o tem, że bocian Adelce przyniósł braciszka — odezwałam się śmiało, że to nieprawda, bo bocian tego nie robi, i zaczęłam przytaczać zdanie mojej matki na ten temat. Wówczas nauczycielka Adelki w surowym tonie nie pozwoliła mi mówić dalej, kazała natychmiast

kobiecego — głębokiem przeświadczeniem, że „uwagi nasze, oparte na całokształcie naukowych poglądów z tego zakresu, przyczynią się do przeobrażenia pojęć w dziale hygieny odzieży i będą bodźcem do szerszej akcyi ze strony kobiet, zdążającej do zdławienia tej plagi ludzkości, kryjącej się pod niewinnem mianem: mody. Echem naszych haseł była dyskusya na temat reformy stroju niewieściego, która przyniosła plon obfity i bogaty w szczegóły. Zdawało się, że po tej słownej rewizyi tego piekącego zagadnienia, nastąpi pozytywne rowiązanie tej kwestyi, zdawało się, że uczestniczki dyskusyi zrozumiały i praktyczną doniosłość wyzwolenia się z pod jarzma barbarzyńskiej mody. Upojeni byliśmy rozbrzmiewającem w dyskusyi hasłem:



„Precz z gorsetem!", zapowiadającem zdrową epokę, lecz niebawem przekonaliśmy się — niestety — że był to ogień słomiany chwilowego zapału, po którym zwolenniczki nowej ery nagięły się rychło napowrót do pierwotnych wpływów, do tych właśnie, któremi przed chwilą wzgardziły.

Hasła i protesty Wasze były szczerym głosem sumienia, buntem ducha, ale sił Wam brakło do skrystalizowania dobrych chęci w czyn. A czynem miało być wytrwałe skupienie około siebie coraz liczniejszego grona zwolenniczek reformy stroju, grona mającego przykładnie dążyć do urzeczywistnienia zadania, które dzisiejszej--duchowo wyzwolonej—kobiecie, przypadło w udziale.

Może po jasnym przebłysku zapału i słów potoku, chwilowo zapadł zmrok, po którym niebawem zaświta i przemówi do nas czyn.

Kwestya reformy stroju kobiecego pozostaje w ścisłym związku z rozwiązaniem sprawy hygienicznego obuwia. Jednostronnie rozpatrywana rzecz okazałaby się wysoce problematyczną, sam bowiem fakt, że dziś niema już niemal normalnej stopy, powinien zwrócić uwagę na postępującą degeneracyę tej ongi pięknie modelowanej części ciała. Czytałem kiedyś o królu, na pozór sybarycie zmysłowym, dla którego rozkoszą największą były pląsy nagich kobiet. Nie były to widowiska o charakterze orgiastycznych tańców na tle wyuzdanej rozkoszy płciowej, nie! składały się na nie piękne ruchy, powolne, dające widzowi potężną emocyę estetyczną pod wrażeniem różnorodnej zmienności wdzięków ruchu cudnego ciała kobiecego. Myliłby się, ktoby posądził owego króla o zwyrodniałe popędy erotyczne, przeciwnie, jego kultura estetyczna w pojęciu naszem jest wielka, większa od władców, dla których nagość jest antytezą moral-

---

opuścić park i zakazała mi tam wstępu raz na zawsze.

Z rumieńcem wstydu opuściłam park, gdzie otrzymałam miano „zepsutej dziewczynki", Adelka zaś rozpłakała się zmartwiona mojem odejściem.

Od tego czasu minął szereg lat. W miarę środków wchłaniałam w siebie wszystko, co życie niosło.

W pobliskiem mieście ukończyłam gimnazyum, słuchałam wykładów uniwersyteckich, brałam udział w publicznych zabawach i zgromadzeniach, na których nawet czasem zabierałam głos w dyskusyi, ku większemu jeszcze zgorszeniu wsteczników z wiejskiego dworu. O Adelce słyszałam czasem, że wiedzie życie nadal jak w klasztorze, że książki, jakie dawano jej do czytania, szły przez surową cenzurę, że rosła a nie dojrzewała, jako kwiat w cieniu, zdala od ciepła i jasności słonecznej. Raz, będąc na wsi u rodziców, dowiedziałam się z przerażeniem, że Adelka uciekła w świat z jakimś młodym człowiekiem, zabrawszy ojcu znaczną sumę pieniędzy, i od tego czasu wieść o niej zaginęła. . . . .

. . . .

. . . .

Dążyłam do samodzielnego stanowiska w świecie, ale nie było mi danem korzystać z pracy mojej, z której wyniosłam sporo wiadomości i doświadczenia. Wyszłam za mąż z miłości a w dodatku bardzo korzystnie pod względem materyalnym, bo mąż mój był wyższym urzędnikiem państwowym i miał prywatny majątek, odziedziczony po rodzicach. Żyłam więc szczęśliwie i dostatnio, poświęcając się zupełnie mężowi i jednemu dziecku, które szczebiotaniem ptaszęcem rozpędzało rzadkie — co prawda—chmurki na niebie naszego życia.

Raz wyjechałam z dzieckiem do jednego ze stołecznych miast zagranicy, w odwiedziny do ciotki męża. Tam zdarzył mi się epizod, którego nigdy w życiu nie zapomnę.

Po kolacyi dość późnym wieczorem siedziałyśmy z ciotką przy herbacie, gdy nagle na kurytarzu, wiodącym do mieszkania ciotki, powstał niezwykły hałas. Zaledwie zdołałam uchylić drzwi, gdy nagle jakaś młoda kobieda wpadła do naszego pokoju, zamknęła za sobą drzwi na klucz, rzuciła się nam do nóg i błagała gorąco o przytułek i schronienie. „Nie odmykajcie drzwi — ratujcie mnie" — wołała blada i drżąca — „policya mnie ściga, a jeśli mnie wypędzicie, to

ności, o czem dowodnie świadczy fakt, iż ów esteta doznawał wówczas tylko prawdziwej rozkoszy, gdy stopy i dolne części nóżek kryły się pod osłoną pończoszek i buciczków.

Smutne to, skoro dziś z pięknych stóp niewieścich, u których korzy się ród męski, które pieścił cały szereg poetów, pozostały tylko ruiny, na których rozsiadły się zgrubienia, odciski i rozszerzone żyły. Odciski stały się już tak powszechne, że nie zalicza się ich wcale do wad; one są ostatnim wyrazem całkowitego zniekształcenia stopy, ostatecznością, zwracającą uwagę na wandalizm i konieczność usunięcia zła. Że tak jest w istocie, wystarczy okiem rzucić na rycinę, unaoczniającą z lewej strony stopę zbliżoną do prawidłowej, z prawej zaś — zniekształconą.

Ilekroć zwracałem uwagę pacyentów na deformacyę stóp, tylekroć słyszałem stereotypowe zdanie, że „u nas w rodzinie mają wszyscy takie stopy; to już po rodzicach odziedziczone". Innej odpowiedzi nie można się spodziewać, boć przecie z wyjątkiem lekarzy i mistrzów pędzla oraz sztuki plastycznej nikt dokładnie nie zna prawidłowo zbudowanej stopy. Taką oglądać można dziś chyba na arcydziełach, które w spuściźnie artystycznej przekazali nam mistrze czasów starożytnych.

Rzut porównawczy na stopy z czasów helleńskich a dzisiejsze, dowodzi niezbicie, iż człowiek współczesny w szale przesadnej próżności, w niszczycielskiej dążności do przeobrażenia własnego pięknego ciała w karykaturę, doprowadził je już do częściowego kalectwa.

Oto Pflüger dowiódł braku trzeciej kosteczki w małym palcu u 41 kobiet na 100, dzięki uciskowi ze strony nieracyonalnego obuwia. Na podstawie ścisłych danych wolno nam rokować, iż niedalekie pokolenia przyszłe doczekają się w miejsce pięknej stopy, niekształtnej bryły, do zgrabnych ruchów wcale nie zdatnej. Zresztą i dziś niektóre stopy, o palcach w kabłąk zgiętych, przypominają raczej kikuty jakiegoś nieokreślonego ciała, niżli ludzką stopę.

Kobieta odczuwa instynktownie dysharmonię między budową jej stopy a wspaniałą nieraz budową reszty ciała, to też z obawy przed poniżeniem chowa dyskretnie swe stopki do powiewnych pantofelków nawet w kąpieli, gdy jako nimfa, czarująca wdziękiem ruchów, pozwala falom morskim rozkoszować się swem wspaniałem zresztą ciałem.

Rozpatrzmy obecnie w pobieżnych zarysach, jak normalna stopa powinna wyglądać, tudzież jak właściwie winno się pielęgnować stopę i działać zapobiegawczo przeciw jej zniekształceniu oraz chorobowym zmianom.

(*D. c. n.*)

---

będę skazana na katusze, bo tam biją, gnębią..."

Ciotka nie wiedziała, co począć w bezradności i oburzeniu, lecz ja, ochłonąwszy z pierwszego wrażenia, pojęłam sytuacyę, uspokoiłam ciotkę i zapewniłam nieznajomą, że jej nic złego zrobić nie pozwolimy.

Nieznajoma odetchnęła swobodniej. — „Przepraszam najmocniej, że przeszkodziłam paniom" — mówiła poprawiając toaletę, odznaczającą się wytworną elegancyą. Zauważyłam wówczas, że twarz jej piękna była szminkowaną, w jasnych oczach widniał uśmiech kokieteryi, a zarazem przebijał się w nich wyraz dobroci i dziwnej słodyczy. Przypatrzyłam jej się bliżej; twarz jej przypominała mi kogoś dobrze znajomego, ale kogo — nie mogłam sobie przypomnieć. Wreszcie ona, wpatrując się głęboko we mnie, krzyknęła nagle: „Cesiu! to ty"? i rzuciła mi się na szyję, ściskając i całując serdecznie.

Nagle przypomniałam sobie.—„Adelka!"—zawołałam, a ona tuliła się do mnie jak strwożone, opuszczone dziecko, a łzy gorące spływały po jej zmiętych policzkach.

Kiedy obie ochłonęłyśmy ze wzruszenia, Adelka usiadła, wyprostowała się i zaczęła mówić z początku głosem słabym, tłumionym łzami, później coraz silniejszym, nabierając pewności siebie. „Chcę przytoczyć kilka słów na moje usprawiedliwienie; tam w kraju zapewne mówiono o mnie źle, bo mnie nie rozumiano, proszę cię więc, byś to wyjaśnienie zawiozła do domu.

Posłuchaj więc:

Wieczór był letni, księżycowy, nauczycielka moja spała już w przyległym pokoju, a ja czuwałam jeszcze i przez otwarte okno wpatrywałam się w ogród. Cisza była, zdala dolatywały mnie dźwięki fujarki pastuszej, a były one dziwnie słodkie i rzewne. Wsłuchiwałam się w nie, i jakieś anielskie marzenie zawitało w moją duszę. Tak marzyłam późno w noc i z tem marzeniem ułożyłam się do snu. Śniłam o jakimś rycerzu, który stał przedemną w aureoli chwały, piękny i dumny, i składał u moich stóp wieniec z białych róż i lilji. Woń tych kwiatów odurzyła mnie, rycerz młody wziął mnie lekko za rękę i przytulił mą postać drżącą z rozkoszy do łona; twarz moja pałała rumieńcem pierwszego wstydu, serce biło, a rycerz młody i piękny szeptał: „Pójdź do mnie, pójdź, dam ci rozkosze tego świata, pójdź — tyś młoda, piękna, szkoda, byś więdła nieznana w ustroniu". . . . .

. . . .

. . . .

PRZEPISY NA RÓŻNE ŚRODKI.

(Nowości hygieniczne, kosmetyczne, perfumeryjne i techniczne).

Krem do masażu rąk.

Rp.
Perhydrol Merka 2,0
Glycerini
Aquae rosar. ā 4,0
Lanolini anhydr. 10,0
Resorbini 40,0.
(Uwaga: *Krem ten nie może być nigdy użyty do twarzy!*)

Płyn, zmiękczający i usuwający łuski na głowie.

Rp.
Olei Petrae rectif.
Olei amygd.
Olei Ricini ā 30,0.
(*Zdala od światła sztucznego!*)

Plaster na odciski i zgrubienia skóry.

Rp.
Acidi salicylici 15,0
Axungiae 5,0
Cerae flavae 12,5
Terpentini 4,0
Colophonii 10,0.

Proszek do mycia głowy.

Rp.
Natri carbon.
Boracis pulv. ā 50,0
Extr. Quillajae 0,5
Ol. Citronellae 0,75.
(*Łyżka na litr gorącej wody*).

Mydło w proszku do golenia.

Rp.
Sapon. albi in pulv. 16,0
Gummi arab. pulv. 1,0
Rhiz. Iridis pulv.
Ol. Rosar.
Ol. Bergam. ā q. s.

Zbudziłam się ze wspomnieniem czarownego snu, i dzień cały myślałam o tem. Wieczorem znów wpatrywałam się w ogród, dźwięki fujarki znów słychać coraz głośniej, bliżej... przed samem oknem, na ścieżce, po jasnej smudze światła księżycowego, kroczył młody człowiek, smukły, urodziwy. Był to ogrodnik młody, przystanął przed oknem i zdjął kapelusz z głowy.

„To ty tak grywasz pięknie"? spytałam.

„Ja, panienko".

„Graj jeszcze" —

„Jeśli to panienkę cieszy, to grać będę noc całą"— I zagrał, ja wsłuchiwałam się w dźwięki, wpatrywałam się w jego twarz piękną, życiem tryskającą. Przestał grać, zbliżył się do mnie, podałam mu rękę, którą on pocałował, a ja zatrzymałam dłoń jego, przechyliłam się przez okno, on pochwycił mnie w silne ramiona tak, że w jednej chwili znalazłam się w ogrodzie. Objął mnie i prowadził ku cienistej altanie, na wpół senną i oszołomioną czarem nocy letniej . . . . .

. . . .

. . . .

Nie znałam życia, jego otchłani, zasadzek, niebezpieczeństw, nie mogłam wrócić do rodziców ze wstydu, rozpacz miotała mną, a ja brnęłam coraz i dalej i głębiej, a cofnąć się nie było można. Gdybyś ty wiedziała, ile ja przecierpiałam! Brak racyonalnego wychowania, przesadna ostrożność rodziców w sposobie obcowania z ludźmi, brak należytego uświadomienia wtrąciły mnie w przepaść. W domu kazano mi być dumną; zdawało mi się, że jestem królewną wobec ciebie, nędznej poddanej; kazano mi unikać ciebie, a tymczasem — ty kroczyłaś drogą prostą i świetlaną, — wesoła i promieniąca szłaś ku szczęściu, a ja zbłądziłam na bezdroża i stoczyłam się po pochyłości na samo dno mętów społecznych. Jeśli kiedy córkę mieć będziesz — otwórz jej oczy na wszystko; jestem zresztą pewna, że będzie ona dobrze wychowaną, będzie taką jak ty i nie runie w otchłań.

Ach! Jakże czułabym się szczęśliwą, gdybym tak była wychowaną jak ty". Westchnęła głęboko. „Uspokój się, moja droga" — wtrąciłam — „jeszcze nic straconego, pojedziesz ze mną, rozpoczniesz nowe życie".

„O nie!" zawołała — „nie mam do tego odwagi, ani sił. „Nowe życie! — powtórzyła z gorzkim uśmiechem" — dla mnie ono już nie istnieje — kto raz wejdzie w kałużę, ten w niej zginąć musi".

Rozmowa nasza na tle wspólnych wspomnień trwała do późnej nocy.

KRONIKA.

Walka z nierządem i chorobami płciowemi. Pisaliśmy w zeszłym numerze o zwołaniu zebrania organizacyjnego koła abolicjonistów, zakładającego Warszawskie Towarzystwo dla walki z chorobami płciowemi. W sprawie tej jedno z tutejszych pism lekarskich czyni następujące uwagi: „Grono osób w Warszawie, uzyskawszy zarejestrowanie „ustawy Tow. dla walki z chorobami sekretnemi i szerzenia zasad abolicyonizmu", zwołało zebranie organizacyjne. na które przybyło kilkadziesiąt osób, przeważnie lekarzy i kobiet. Na zebraniu tem słusznie zaznaczono, że ustawę zredagowano wadliwie, zwalczanie bowiem chorób wenerycznych w luźnym stoi związku z abolicyonizmem, który, piękny jako idea, nie daje Towarzystwu pola dla pracy konkretnej. Prawa mogą być zmienione na właściwej drodze, walka zaś z reglamentacyą jest tylko jednym ze środków walki z chorobami wenerycznemi. Ta ostatnia może być już dziś prowadzona energicznie i skutecznie, trzeba jednak, by osoby, stające do walki, zdawały sobie jasno sprawę z celów, do których dążą. Niestety, na zebraniu ogólnem dojść można było do wprost przeciwnego wniosku, to też zebranie przedewszystkiem postanowiło uzupełnić i poprawić ustawę przedłożoną i wtedy przystąpić do działalności. Życzyć należy, by wybrana komisja skierowała działalność Towarzystwa na właściwe pole walki z chorobami wenerycznemi. Reglamentacyę zwalczać należy *słowem, w pismach, memoryałach,* popartych właściwymi motywami i cyframi, ale towarzystwo abolicyonistów w społeczeństwie, posiadającem ważniejsze braki, nie może znaleźć oddźwięku".

Niezwykły jubileusz. W tych dniach jedna z poważniejszych firm handlowych prowincyonalnych obchodzić będzie 35 letni jubileusz... nieodnawiania kantoru.

Pracownicy firmy tej przygotowują się do uroczystego obchodu jubileuszu; pryncypał zaś podobno zamierza od chwili jubileuszu nie awanturować się, gdy trzeba będzie płacić po 8--10 złotych miesięcznie za... pranie ręczników dla kantoru. Dotychczas bowiem pan pryncypał nie chciał się w żaden sposób pogodzić z wydatkiem na pranie ręczników, twierdząc, iż kantor handlowy nie jest... łaźnią

Oto jak wygląda hygiena w pojęciu pp. pryncypałów.

Ze świata.

W Wiedniu zmarł 17 lutego wybitny polityk Plener w 98 roku życia. Staruszek ten należał istotnie do najbardziej charakterystycznych postaci Austrji.

Jeden z dziennikarzy niemieckich odwiedził go przy sposobności 97 rocznicy jego urodzin i rozmawiał z nim o literaturze. Plener okazał się przytem wielbicielem Tołstoja i Sienkiewicza. Jego „Quov adis" nazwał „najlepszem dziełem lat ostatnich".

W tej samej rozmowie poruszył dziennikarz także kwestyę kobiecą. Plener, który był wielkim wielbicielem płci pięknej, oświadczył, że jest za emancypacyą kobiet i za dopuszczeniem ich do wszelkich zawodów, ale tylko pod jednym warunkiem: *jeśli ich wdzięk kobiecy i łagodność przez to nic nie ucierpią.* Z tych przyczyn był przeciwny studyom prawniczym kobiet.

— Jeśli kobieta — powiedział — zatraca swój wdzięk i łagodność z powodu wykonania pewnego zawodu, to popełnia zbrodnię. Proszę sobie wyobrazić piękną, młodą dziewczynę w todze prokuratora, przemawiającą w płomiennych słowach za

---

Rano Adelka wstała, pożegnała się ze mną, rozpłakałyśmy się przy rozstaniu, a ona odchchodząc otarła łzy z oczu, stanęła we drzwiach pokoju i zawołała rzewnym głosem. „A pozdrów tam mój ojczysty park w noc księżycową, bo tam pozostawiłam to, co miałam najdroższego w życiu: mój wstyd dziewiczy i moje serce".

Wydawała mi się w tej chwili dziwnie piękną i szlachetną. Nagle nastąpiła w całej jej postaci dziwna zmiana. Twarz jej nabrała wyrazu dzikiej jakiejś bezczelności i dzikiego niemal humoru, nawet dźwięk jej głosu się zmienił. „A teraz" — zawołała — idę na nowo w świat — na ulicę, mieszkam wszędzie i nigdzie, ale umiem być wesołą, śmiać się i śpiewać — nie tak może niewinnie jak ty niegdyś, ale ot tak" — zaśmiała się wymuszonym, głośnym śmiechem. „Nie przerażaj się" — mówiła dalej — „pojmuję twoje zakłopotanie, bo to u mnie nie z serca, nie—to rutyna—to sztuka potrzebna mi do wegetacyi w bagnie — ha! ha! ha! wyprawiać orgie aż do szaleństwa, aż do zapomnienia o tem, co jest, co ma być, o przeszłości, o wszystkiem — to mój żywioł — bo chwila upamiętania się jest dla mnie zabójczą — a mężczyźni mówią, że jestem jeszcze piękna i urocza....". Ukłoniła się kokieteryjnie i skinęła ręką, wołając: „Bywaj zdrowa! — pa!"

Znikła za drzwiami, a żal głęboki ścisnął mi serce, że ta kobieta, która miała w sobie tyle materyału na pożyteczną jednostkę, która mogła by uszczęśliwiać i być szczęśliwą, zmarniała tak bezpowrotnie.

Dokoła mnie panowała cisza, a gdy tak tonęłam w rozmyślaniu, przypomniały mi się słowa poety:

„Szkoda kwiatów, które więdną w ustroni,
A nikt nie zna ich barw świeżych i woni.
Szkoda uczuć, co nie mogą wybuchać,
Szkoda pieśni, których nie ma kto słuchać..."

S. E.

ścięciem zbrodniarza. Nie byłożby to strasznem? Gdzież ten wdzięk i prawdziwa kobiecość?

Ekscesarzowa Eugenja. W czasopiśmie *London* ukazała się sylwetka ekscesarzowej Eugenji. Przyglądając się portretom ekscesarzowej, trudno uwierzyć, że ta piękność, otoczona blaskiem i przepychem dworu paryskiego, i siwa, skromnie ubrana staruszka — to ta sama osoba. „Sic transit [gloria mundi". Dwa razy do roku cesarzowa jeździ do Paryża, aby raz jeszcze spojrzeć na to miejsce, gdzie bawił się jej syn. W stolicy Francji bywa incognito, pod przybranem nazwiskiem hr. Pierrefonds. Mówią, że cesarzowa jest wielką zwolenniczką wyższego wykształcenia kobiet. Była ona prawodawczynią w dziedzinie mody tylko dzięki swemu stanowisku, osobiście zaś jest bardzo konserwatywna w sprawie toalet. Ulubione jej kolory są: biały i srebrzysty. Majątek osobisty ekscesarzowej jest ogromny. Po jej śmierci znaczną część tego majątku odziedziczy jej córka chrzestna, młoda królowa hiszpańska Wiktorja Eugenia, reszta zaś dostanie się księciu Wiktorowi Napoleonowi. Ekscesarzowa Eugenia dużo podróżuje, choć w maju skończy 82 lata. Bardzo lubi występować w roli swatki i nie mało już skojarzyła małżeństw.

Odpowiedzi Redakcji.

Otrzymujemy całe setki listów w sprawie porad i wskazówek kosmetycznych; większa część listów jest bez podpisu i adresu, wobec czego nie wiemy, czy listy te pochodzą od prenumeratorów. Ponieważ odpowiedzi udzielać będziemy tylko prenumeratorom, więc uprzejmie prosimy Sz. Korespondentki i Korespondentów o podawanie w liście nazwiska i adresu — jedynie dla wiadomości redakcji—odpowiedzi zaś udzielać będziemy, stosownie do życzenia, pod obranym pseudonimem. Listy bez podpisu i adresu nie będą uwzględniane. Odpowiedzi są udzielane w miarę wolnego miejsca i po kolei. Listów nieopłaconych lub niedostatecznie opłaconych redakcja nie przyjmuje.

Matce. 1) Dla *zapobieżenia* poceniu się pach należy starannie zmywać jamy pachowe i sąsiednie części ciała wodą gorącą i mydłem zwyczajnem — 2 razy dziennie (rano i wieczorem), a po każdem umyciu i dokładnem osuszeniu skóry, wyciera się pachy płynem, składającym się w równych częściach z dobrego octu toaletowego i spirytusu rozcieńczonego. Te zabiegi mają na celu zapobieganie rozkładowi potu przez co znika jego przykra woń. Dla wstrzymania zaś samej wydzieliny, by się nie przedostawała do ubrania, należy nosić stale w pachach watę formalinową. Sposób przyrządzenia tej waty był podany w numerze 49 r. z. 2) Objaw taki u 9 letniej dziewczynki należy uważać jako bardzo znaczący; radzimy zasięgnąć porady lekarza domowego.

Ruch i gimnastyka są konieczne, a spożywanie mącznych potraw powinno być ograniczone.

Brunetce N. 1) Puder ten jest nieszkodliwy. 2) Można usunąć masażem. 3) Chore dziąsła powinien bezwarunkowo zbadać dentysta.

P. B. M. 1) Analiza farby do włosów, o którą Sz. Pani zapytuje, nie została dotychczas w żadnem laboratoryum dokonana. Gdy to nastąpi, nie omieszkamy podać Sz. Pani skład chemiczny w rubryce odpowiedzi. Na razie polecić możemy *Capillairine* firmy Siou; farba ta nie zawiera ani śladu ołowiu.

2) Przypadłość ta ma różne przyczyny i dlatego też bywa rozmaicie leczoną. Zaocznie możemy Sz. P. poradzić mycie twarzy gorącą wodą *z następczem ochłodzeniem zimną.* Na noc należy wcierać w miejsca zajęte tą przypadłością pianę 10% mydła siarkowego tak długo, aż nastąpi lekkie zaczerwienienie, poczem należy zostawić pianę na 10 minut na skórze i zmyć. Nie trzeba się zrażać chwilowem zaczerwienieniem, które jest podczas leczenia pożądane. Od 5-go dnia lekko wcierać pianę przez dłuższy okres czasu.

3) Przy suchej cerze, a pełnej twarzy, wskazany jest masaż mechaniczny, wykonywany palcami przy pomocy kremu; jeśli zaś twarz jest szczupła, a skóra wiotka, nadaje się masaż elektryczny i wibracyjny.

4) Wszelkie t. zw. mydła „na schudnięcie" zawierają sole chromowe z domieszką kredy.

5) Woda utleniona może być nawet u małych dzieci stosowana do włosów, należy jednak wystrzegać się wycierania wrażliwej u dzieci skóry. Włosy najprawdopodobniej *chwilowo* zciemniały pod wpływem kurzu i tłuszczu, które na nich osiadły. Należy włosy u dziecka myć starannie dwa razy w ciągu tygodnia.

Dyletance. 1) Linijki w okolicy kątów ust przy tłustej cerze świadczą o zawartości składników met. w szmince, której Sz. Pani dotychczas używała. 2) Najlepiej odszminkowywać twarz wazeliną (białą amerykańską), poczem wskazanem byłoby naparzanie twarzy (co wieczór). 3) Masować nie należy. 4) Woda gorąca i mydło neutralne, naprz. Mydło „zdrowia" lub Lactol. 5) Puder „Iris" jest zupełnie nieszkodliwy, nie zawiera składników met. 6) Za słowa uznania serdecznie dziękujemy.

P. Antoninie S. 1) Przed umyciem należy twarz posmarować olejkiem migdałowym. 2) Wyczesywanie łupieżu zbyt gęstym grzebieniem jest szkodliwe. 3) Przepis podajemy w numerze dzisiejszym. 4) Środek nieszkodliwy, lecz mało skuteczny—radykalnie usunąć można tylko za pomocą elektrolizy.

Szatynce. 1) Na popękaną, chropowatą i odziębioną skórę rąk okazał się doskonałym środkiem krem ogórkowy i *Gelée Glycerine au miel* Pulsa. 2) W numerze dzisiejszym. Ciemne te pręgi na szyi powstały wskutek ciągłego ocierania o szorstkie i obcisłe kołnierzyki. Wybielić skórę szyi można w sposób następujący: a) nie nosić kołnierzyków — to jest warunek niezbędny; b) natrzeć *lekko* co wieczór skórę niżej podaną maścią, a rano zmyć gorącą wodą i mydłem.

Rp.

Sol. hydrogenii superox. (10%)
Lanolini anh.
Zinci oxyd. $\overline{\text{a}}\overline{\text{a}}$ 2,0
Aquae
Glycerini $\overline{\text{a}}\overline{\text{a}}$ 0,5
Mitini puri 20,0.

Maści powyższej nie wolno używać do twarzy!

Wdzięcznej. Mydło Lactol należy do gatunku t. zw. mydeł neutralnych, t. j. nie zawierających nadmiaru alkalji, wska-

zane jest przy cerze normalnej, wrażliwej, zarówno u osób dorosłych, jak i u dzieci.

Stroskanej. 1) Życzeniom w liście wyrażonym postaramy się zadość uczynić. 2) Dużo ruchu, gimnastyka. 3) Masaż elektryczny i wibracyjny. 4) Po 25 roku życia organizm nie da się do wzrostu pobudzić. 5) Krem ogórkowy wybiela skórę.

Młodej blondynce. 1) Preparat bardzo szkodliwy — zawiera ołów. 2) Woda utleniona pojaśnia włosy. 3) Wyślą za zaliczeniem. 4) Na noc należy wkładać na ręce t. zw. rękawiczki kosmetyczne a na palce—specjalne naparstki do zwężania palców. Rękawiczki takie i naparstki może Sz. Pani nabyć w perfumerji p. Paszkowskiego, w Warszawie. 5) O cenie poinformuje Laboratorjum p. Klimeckiego.

Stelli. Ropiejące pryszczyki należy wycisnąć, a po wyciśnięciu zmyć je 2% wodą karbolową; dobrze byłoby w każdy pryszczyk wcierać Boroxyl; pod działaniem tegoż Boroxylu znikną w krótkim czasie czerwone plamy, pozostałe po pryszczach.

Stroskanej matce. Leczenie skrzywień kręgosłupa u dzieci można ze skutkiem przeprowadzić jedynie w specjalnym zakładzie mechano-gimnastycznym przyrządami Zandera.

Lygii. 1) Ocet toaletowy (łyżeczka na szklankę wody). 2) W danym przypadku ma się do czynienia z bardzo suchą skórą — wystarczy więc myć głowę raz na 3 tygodnie. 3) Przepis podajemy w numerze dzisiejszym. 4) Za słowa uznania serdecznie dziękujemy.

Szczupłej. Nie wiemy, o jaki preparat chodzi.

Wdzięcznej. Życzeniu Sz. Pani postaramy się zadość uczynić.

Od Redakcji.

Niżej wymienione firmy zaofiarowały dla prenumeratorów „Kosmetyki“ rabat:

1) **Reim i S-ka, Kraków,** *przybory toaletowe, galanterja i kosmetyki.*

2) **Zdzisław Zdanowicz, Kraków,** *przybory toaletowe i podróżne, konfekcja męzka, mydła i perfumy z pierwszorzędnych francuzkich i angielskich fabryk.*

3) **Beuer i S-ka, Kraków, Sukiennice,** *skład bielizny męzkiej, damskiej i bluzek. Wyprawy ślubne.*

4) *Magazyn konfekcji i bielizny dziecinnej (dla panien do lat 16, dla chłopców do lat 12).* **Franciszka Martina Kraków,** *Rynek główny № 12.*

5) **Henryk Frist, Kraków,** *Salon malarzy polskich. Obrazy olejne i akwarele. Ramy. Papier i przybory szkolne. Bilety wizytowe. Główny skład i własne nakłady pocztówek ilustrowanych.*

6) **Zakopane,** *Pensjonat Dora.*

7) *Tow. Akc. przetworów chem. i aptecznych* **Henryk Welt, Warszawa, Przejazd 5.**

8) **W. Paszkowski,** *Warszawa, Marszałkowska № 109, róg Chmielnej. Perfumy, nowości hygieniczno-kosmetyczne, galanterja tualetowa w zakresie mody elegancji. (10%).*

Następujące zakłady lecznicze udzielają znacznych zniżek prenum. „Kosmetyki“.

1) *Zakład leczniczy dla chorób kobiecych Drów: M. Cerchy i T. Piotrowskiego, Kraków, Podwale 12.*

2) *Instytut mech. chirurgiczny i ortopedyczny Drów: A. Merza, M. Staszewskiego, Zygmunta Wachtla, Kraków, Zyblikiewicza 9.*

NADESŁANE.

Redaktor i Wydawca Dr. H. Zamenhof. Druk J. Kamińskiego, Nowy-Świat 48, Telefon 36 46.